

REGIME OU ANOREXIE

(Extrait du livre : l'anorexie, sortir du tunnel, de R. SHANKLAND, Ed La Martinière, 2003)

Régime normal de l'adolescente	Début de l'anorexie
Elle parle de son régime comme d'un défi, elle voudrait plaire aux garçons	Elle ne sait plus pourquoi elle suit un régime
Elle demande de l'aide pour réussir	Elle n'exprime pas de désir d'aide
Elle danse devant le buffet, c'est un vrai bonheur de manger, ça soulage les tensions	Elle présente un blocage physique et psychologique face à la nourriture, c'est un calvaire de manger
Elle mange n'importe quand, elle craque	Les horaires des repas sont de plus en plus fixes, elle va même jusqu'à se chronométrer. Plus elle a de repères, moins elle ressent d'angoisse face à l'alimentation
Elle montre chaque kilo perdu	Elle cache sa maigreur
Elle voudrait perdre encore 5 kilos	Elle n'a pas de poids idéal à atteindre
Aucun comportement étrange n'apparaît	Elle trie les aliments, les découpe, les cache, prépare de bons plats qu'elle ne mange pas